

JOSSIMAR CABRERA ESTÁ EN LA INTERPOL PERÚ

SE ENTREGÓ PAREJA DE SHEYLLA

- Es sindicado por la familia de la víctima de ser el autor del crimen en EE.UU.
- El día de la desaparición fue captado cargando un bulto. Está bajo detención preventiva. PÁGINA 3

MATAN A ESPOSOS

- Hombre y mujer fueron asesinados delante de sus hijos.

VOLVIÓ A BARBADILLO

- Vizcarra retornó a penal donde cumplirá mandato de prisión preventiva.

FUERON BALEADOS HASTA 12 VECES EN PRESENCIA DE SUS CUATRO HIJOS

Matan a pareja en Comas

MILAGROS MARÍA AGÜERO ATOCHE (VÍCTIMA)

JORGE LUIS SENCE GUZMÁN (VÍCTIMA)

✚ Los cuerpos fueron trasladados de emergencia en un vehículo, pero no lograron sobrevivir.

✚ Carro quedó varado en la zona por falta de gasolina.

Omar Lozano.



ASESINAN A PAREJA FRENTE A SUS CUATRO MENORES HIJOS EN COMAS.

Una pareja fue asesinada a balazos en el asentamiento Carmen Alto en Comas. Según testigos, dos sicarios llegaron hasta la vivienda de Jorge Luis Sence Guzmán (40) y Milagros María Agüero Atoche (43), y les dispararon más de 12 veces frente a sus propios hijos.

Los vecinos de la pareja dijeron que los atacantes se colocaron cerca de un poste de alumbrado público y abrieron fuego contra la pareja que se encontraba en la puerta de su casa.

Tras la primera ráfaga, uno de los sicarios ingresó a la vivienda para rematar a sus víctimas, mientras el otro efectuaba disparos al aire para intimidar a los testigos y evitar que intervinieran.

"Comenzaron a tirar al aire para que nadie saliera. Nosotros nos tiramos al suelo por miedo, hasta mi hija que se asomó fue obligada a meterse rápido, porque los disparos eran continuos", relató una vecina a América Noticias.



SICARIOS ACRIBILLARON A PADRES DE FAMILIA Y DEJARON HUÉRFANOS A CUATRO MENORES.

Jorge Luis recibió cuatro impactos de bala en el pecho, mientras que Milagros fue alcanzada por un disparo directo en la cabeza.

FALLIDO AUXILIO

Familiares y vecinos desesperados trasladaron a la pareja en un vehículo particular rumbo a un hospital; sin embargo, la unidad se quedó sin combustible en la av. Túpac Amaru, lo que obligó a buscar otra salida.

Para ese momento, Milagros ya había fallecido, mientras que Jorge Luis fue llevado aún con vida al hospital de Collique, donde finalmente murió debido a la gravedad de sus heridas.

Los allegados describieron a la pareja como trabajadores informales dedicados a la venta ambulatoria: Milagros ofrecía caramelos y productos en los diversos buses, mientras Jorge Luis vendía frutas y verduras en la zona.

DENTRO DE BUS DE TRANSPORTE

Detonan explosivo



OCURRIÓ DENTRO DE UNIDAD DE EMPRESA HUANDOY EN CARABAYLLO.

Un explosivo fue detonado al interior de un bus de la empresa de transporte Huandoy en Carabayllo. Según la Policía, el atentado se trataría de un nuevo ataque extorsivo contra la empresa. Afortunadamente, el conductor y el único pasajero salieron ilesos.

De acuerdo con las imágenes captadas por testigos, el estallido ocurrió en plena vía pública. Las lunas estallaron, los vidrios quedaron esparcidos sobre la pista y los asientos del vehículo resultaron visiblemente dañados.

Este es el segundo atentado registrado contra una unidad de la empresa de transporte Huandoy.

El primer caso ocurrió el pasado 17 de agosto, cuando otro explosivo fue detonado dentro de un bus, también sin dejar heridos. (O.L.)

ACUSADO DE PORNOGRAFÍA INFANTIL

Cae hombre en Chosica



CAPTURAN A SUJETO ACUSADO DE FABRICAR PORNOGRAFÍA INFANTIL.

Un hombre de 37 años fue capturado en Chosica acusado de fabricar y comercializar pornografía infantil.

Según la Policía, las investigaciones demostraron que incluso utilizaba a menores de su propia familia para producir el material. Su detención se produjo tras una alerta internacional emitida por Interpol.

De acuerdo con la Fiscalía Especializada en Delitos de Trata de Personas de Lima Centro, el detenido estaba bajo investigación desde hace siete años. (O.L.)

el Popular | Jueves 28 de agosto del 2025 Año 40 | Nº 15.007 | Director (i): Carlos Salinas Guerrero | Es una publicación de: Grupo La República Publicaciones S.A. | Jr. Camaná 320, Cercado de Lima. Teléfono: 711-6000. Fax: 711-6026.

JOSSIMAR CABRERA ESTÁ EN INTERPOL PERÚ

Se entregó el presunto feminicida de Sheylla

✚ Sujeto es sindicado por la familia de la víctima como autor de su muerte.



ES EL PRINCIPAL SOSPECHOSO DE LA MUERTE DE SHEYLLA GUTIÉRREZ.

Jossimar Cabrera, principal sospechoso de la muerte de la joven Sheylla Gutiérrez -ocurrida en Estados Unidos-, se entregó a las autoridades. El sujeto llegó a la sede de Interpol Perú en Surco, para "ponerse a derecho", informó el comandante PNP César Becerra, jefe encargado de esta dependencia.

"Ha tenido la intención de llegar acá a las instalaciones ya viendo la presión policial que tenía por medio y, simplemente, a cumplir lo que emana la ley", refirió en diálogo con los medios de comunicación.

El alto mando detalló que Cabrera está pasando diversas diligencias durante el día, tras lo cual -dijo- será puesto a disposición del Juzgado Penal de Turno Permanente.

"Nosotros cumplimos con un procedimiento establecido para Interpol. Nosotros cumplimos con ponerlo a disposición del Juzgado Penal de Turno Permanente. Nos comunicamos con todas las autoridades que participan de ello", añadió.

A través de su cuenta en X, la Policía Nacional confirmó que Jossimar Cabrera Cornejo tenía Notificación Roja vigente, por lo que quedó "bajo detención preventiva".

Recordemos que Jossimar Cabrera fue detenido el pasado sábado 16 de agosto, cuando llegó al Perú procedente de California, tras lo cual fue trasladado a la comisaría PNP del Callao.

Sin embargo, como no tenía una orden de detención en su contra, fue liberado horas después. (O.L.) ▲



El acusado

Los familiares de Sheylla Gutiérrez sindican a Cabrera Cornejo de la muerte de la joven, ya que el día de su desaparición el sujeto fue captado cargando un bulto envuelto en una sábana.




NUEVO CRIMEN EN COMAS.

EN CALLE DE COMAS

Matan a prestamista

En Comas, un hombre dedicado a realizar préstamos fue asesinado a plena luz del día, cuando se encontraba cerca de su vivienda compartiendo unas bebidas con un grupo de amigos.

Este nuevo hecho de sangre ocurrió en la urb. Infantas, y según testigos hasta el lugar llegaron dos motos con dos sujetos a bordo, quienes dispararon directamente contra la víctima.

El prestamista asesinado Marco Antonio Bocanegra fue atacado con al menos siete disparos.

El sobrino de la víctima, quien según se supo, sería efectivo policial, y unos vecinos intentaron detener a uno de los delincuentes, pero no lo lograron. (O.L.) ▲

EN CORTO



DENUNCIAN A AGRESOR DE UN FISCALIZADOR

El conductor Kenji Espinoza Torres agredió a un inspector municipal luego de que este le impidiera el paso por una calle en Santiago de Surco. Tras el brutal ataque al trabajador edil, el subgerente de Tránsito de la municipalidad de Surco, Mario Figallo, refirió que ya se encuentra estable de los golpes recibidos y que procederán con la denuncia respectiva.



SICARIO CONFIESA ASESINATO DE ABOGADO

El asesinato del abogado Felipe Morey Rivas, ocurrido el 6 de marzo en Tarapoto, dio un giro tras la confesión de Miguel Enrique Vázquez García, 'El Gatillero'. El presunto sicario admitió ser el autor del crimen desde la clandestinidad, cinco meses después del ataque. "Había estado tomando desde un día antes y consumiendo cocaína", declaró Vázquez García.


HOMBRE HABÍA RETIRADO EL DINERO DE UNA AGENCIA BANCARIA.

TRAS SALIR DE BANCO

Marcas roban S/38 mil a vecino en SMP


LO GOLPEARON HASTA DEJARLO HERIDO.

Un vecino de San Martín de Porres fue víctima de un violento asalto. Había retirado 38 mil soles de una agencia bancaria en Canta Callao, cuando fue seguido por una banda de marcas.

Las cámaras de seguridad mostraron el momento en que un vehículo se estaciona frente a su vivienda.

En ese instante, otro auto llega a la zona y de él descienden varios sujetos. De inmediato corrieron hacia la víctima y la interceptaron.

El hombre intentó escapar hacia un parque cercano para ponerse a salvo. Sin embargo, fue alcanzado por los delincuentes, que comenzaron a golpearlo. En medio del ataque, los agresores exigieron que entregara "el sobre".

El violento atraco no solo terminó con el robo de los 38 mil soles. Además, dejó a la víctima con serias lesiones en la nariz, que obligaron a una intervención quirúrgica de emergencia. (O.L.) ▲

ESTAFABAN CON FALSOS EMPLEOS

Desarticulan una banda



CAPTABAN A TRAVÉS DE LAS REDES.

La Policía Nacional, a través de la División de Investigación de Estafas y Otras Defraudaciones (Divieod), capturó a los presuntos integrantes de la banda criminal conocida como Los Elegantes de la Estafa, dedicada a ofrecer empleos falsos en Europa.

Según las investigaciones, los implicados utilizaban las redes sociales para captar a sus víctimas, a quienes ofrecían ofertas laborales en el extranjero, con sueldos que superaban los 10 mil euros.

De acuerdo con la Policía, Los Elegantes de la Estafa habrían obtenido de manera ilícita aproximadamente 36 mil dólares tras engañar a más de 30 personas, aunque no se descarta que exista un mayor número de afectados. (O.L.) ▲

EX PRESIDENTE MARTÍN VIZCARRA DONDE CUMPLIRÁ MANDATO DE PRISIÓN PREVENTIVA

Retornó a penal de Barbadillo

✚ Ministro de Justicia refirió que el INPE oficializó una resolución para modificar la clasificación de internos.

Omar Lozano.

El ex presidente Martín Vizcarra retornó al penal de Barbadillo, luego de dejar su reclusión en el tópico del penal Ancón II, en cumplimiento con lo anunciado por el nuevo ministro de Justicia, Juan José Santiváñez.

En medio de un fuerte contingente policial, Vizcarra fue trasladado hasta un ambiente especialmente acondicionado en dicho establecimiento. El cambio de centro penitenciario se concretó apenas un par de horas después del anuncio realizado por el ministro.

El titular del sector explicó que, aunque los delitos que se le imputan a Vizcarra corresponden a su etapa como gobernador regional, el hecho de haber ejercido la Presidencia obliga a reevaluar el centro penitenciario donde debe permanecer.

"El Instituto Nacional Penitenciario está disponiendo, como reitero, en el ámbito de sus atribuciones, de manera independiente, el traslado inmediato del ex presidente Martín Vizcarra a Barbadillo", anunció.

Santiváñez explicó que la primera junta de calificación que dispuso el internamiento de Vizcarra en el penal Ancón II evaluó solo su calidad de investigado como presidente regional.



VUELVE A BARBADILLO TRAS ALGUNOS DÍAS DE RECLUSIÓN EN ANCÓN II.

Recurso de apelación

Por su parte, la Tercera Sala Penal de Apelaciones Nacional evaluará hoy el recurso de apelación presentado por la defensa legal de Martín Vizcarra para ver si revoca o mantiene la medida de prisión preventiva por cinco meses que tiene que afrontar el ex presidente de la República.

CUESTIONÓ AL INPE

Por su parte, Mario Vizcarra, hermano de Martín Vizcarra, criticó duramente al Instituto Nacional Penitenciario (INPE) por haber reubicado a su hermano en el penal Ancón II y aseguró que dicha entidad funciona como una "herramienta" para algunas bancadas.

"Solamente el INPE es un instrumento de los partidos que están en el Congreso que van a ser los rivales políticos en las Elecciones del próximo año. Se mueren de miedo, porque saben que Martín Vizcarra va a ganar las Elecciones", afirmó.

Mario Vizcarra reveló que desde su entorno tomaron conocimiento de que Vizcarra Cornejo iba a ser trasladado a "una celda de extrema precariedad".

"Eso demuestra la manera en cómo se llevan las cosas en la justicia peruana", sostuvo.


PJ INFORMÓ QUE EL 3 DE SETIEMBRE SE DICTARÁ LA SENTENCIA.

ALEJANDRO TOLEDO ESPERA EL FALLO

PJ dictará sentencia por Caso Ecoteva

La Novena Sala Penal Liquidadora de la Corte de Lima programó para el miércoles 3 de setiembre la lectura de sentencia contra el ex presidente Alejandro Toledo y otros investigados por el caso Ecoteva.

La audiencia comenzará a las 14:15 horas y responde a la acusación de lavado de activos en este proceso judicial.

Recordemos que el Ministerio Público solicitó una pena de 16 años y 8 meses de prisión para Toledo y su esposa, Eliane Karp, además de una reparación civil de 38 millones 220 mil soles y el decomiso de sus cuentas bancarias nacionales e internacionales. (O.L.)



RAFAEL LÓPEZ ALIAGA

En contra del Mininter

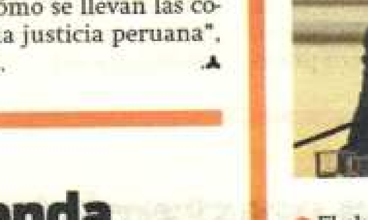

ALCALDE DE LIMA ANUNCIÓ COMPRA DE EMERGENCIA DE 3.000 CHALECOS ANTIBALAS.

El alcalde de Lima, Rafael López Aliaga, arremetió contra el Ministerio del Interior por la falta de equipamiento adecuado para la Policía Nacional, al denunciar que los agentes patrullan sin chalecos antibalas funcionales desde hace seis años.

"No puede ser que la PNP esté pidiendo a la municipalidad de Lima chalecos antibalas. No tienen desde el 2019, y si lo tienen, tienen un chaleco pésimo que le pueden meter un balazo por los costados", expresó.

El burgomaestre anunció que la comuna realizará una compra de emergencia de 3.000 chalecos antibalas para dotar de protección a los efectivos policiales.

"Pero qué vergüenza, ¿no? ¡Qué vergüenza! Ya llevan seis años sin darle protección a la PNP, que se saca el ancho por nosotros. No es justo, pues", acotó. (O.L.)




FISCALÍA INTERVIENE VIVIENDA DE HERMANO DE BOLUARTE.

HERMANO DE DINA BOLUARTE

Allanan su vivienda

El Ministerio Público allanó la vivienda de Nicanor Boluarte, hermano de la presidenta Dina Boluarte, ubicada en San Borja. El operativo reunió a un grupo de fiscales acompañado por efectivos de la Policía Nacional.

El allanamiento se desarrolla en el marco del operativo Ícaro y, según las investigaciones preliminares, se estaría ejecutando de manera simultánea en otros inmuebles vinculados al caso.

El allanamiento responde a una investigación distinta al caso Los Waykis en la sombra, que continúa de manera paralela bajo las indagaciones del Ministerio Público.

Según fuentes de la Fiscalía, la orden de allanamiento tiene fines de incautación de documentos relevantes para la investigación preliminar. (O.L.)

VOCERO DE LA ATU ANUNCIA SANCIONES DRÁSTICAS PARA RESPONSABLES

Investigarán triple choque de buses del Metropolitano

✚ Los vehículos cuentan con un control de velocidad y heridos fueron atendidos.

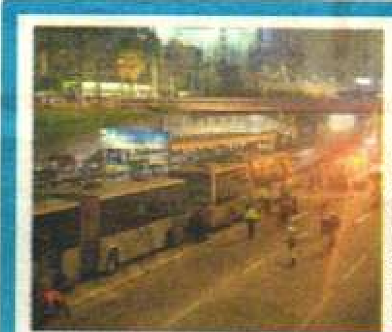

45 HERIDOS DEJÓ EL ACCIDENTE.

El triple choque de buses del Metropolitano, que dejó 45 heridos la noche del martes en la Vía Expresa, será investigado para dar con los responsables del terrible accidente que pudo acabar en tragedia.

Así lo indicó Erik Reyes, subdirector de operaciones de la Autoridad de Transporte Urbano para Lima y Callao (ATU), quien alista drásticas sanciones para los culpables.

No obstante, recalcó que todavía se desconoce cómo se originó este accidente vehicular.

"En tránsito normalmente siempre se dice que el que choca por atrás es el responsable, pero igual hay que iniciar las indagaciones correspondientes. La Policía está realizando su trabajo y nosotros, por nuestro lado, como ATU, vamos a realizar las indagaciones para esclarecer perfectamente este tema y sancionar drásticamente si es que lo corresponde", afirmó en declaraciones para RPP.



Pasajeros atendidos

Reyes refirió que los buses tienen un control de velocidad, que servirá para las investigaciones que efectuará la ATU, también indicó que los heridos fueron atendidos.

EN CORTO

PALOMAS SON PELIGROSAS PARA LA SALUD

Un estudio reveló que las palomas son peligrosas para la salud, pese a su apariencia inofensiva y su presencia cotidiana en plazas y calles. Estas aves pueden transmitir enfermedades como criptococosis e histoplasmosis, cuyos hongos se alojan en sus excrementos y afectan de manera directa a los pulmones, generando complicaciones que en algunos casos resultan fatales. Además de los riesgos de contagio, las palomas pueden ser portadoras de plagas como ácaros y pulgas.

VECINOS DEL DISTRITO DE SANTA ROSA EN LORETO

Denuncian reducción de resguardo policial


DISMINUYÓ SU PRESENCIA.

Después de una semana de la visita de la presidenta Dina Boluarte al distrito de Santa Rosa de Loreto, en la triple frontera con Colombia y Brasil, los vecinos indicaron que la presencia de policías y militares disminuyó en las calles y en el río Amazonas, donde hasta hace pocas semanas los patrullajes eran constantes.

Los pobladores aseguran sentirse desprotegidos ante posibles hechos de violencia en una zona marcada por conflictos de seguridad. "Queremos resguardo más que todo, no hay cerca. En cualquier momento puede pasar cualquier cosa y nosotros desarmados no podemos hacer nada", dijeron a BDP.


NO RESPETÓ LA SEÑALIZACIÓN.

PESADO VEHÍCULO SE ATASCÓ EN VÍA EXPRESA

Camión generó caos

Tremenda congestión vehicular causó un camión que transportaba un contenedor al quedar atascado debajo de un puente de la Vía Expresa, a la altura de la estación Estadio Nacional del Metropolitano. El tráfico fue en sentido de sur a norte, desde Chorrillos hacia el centro de Lima.

El incidente se produjo a las 6:30 a.m., en plena hora punta, ocasionando largas filas de vehículos y la molestia de los conductores que se dirigían hacia el Cercado de Lima a su centro de labores.

La Policía Nacional implementó un plan de desvío para descongestionar la zona mientras se realizaban los trabajos para liberar al camión que quedó atrapado bajo la estructura.

OCURRIÓ EN CEREMONIA RELIGIOSA EN COLEGIO DE MINNEAPOLIS

Dos niños muertos y 17 heridos en tiroteo durante una misa

✚ Sujeto comenzó a disparar a través de las ventanas de la iglesia.

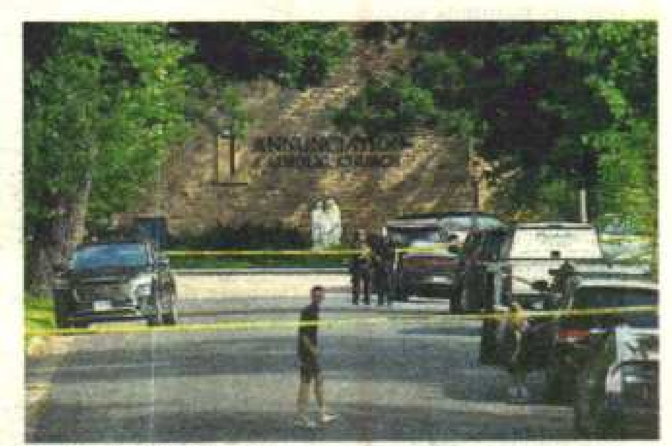
MINNEAPOLIS. Dos niños murieron en un tiroteo en la iglesia de una escuela católica de Minneapolis, según informó el jefe de policía de la ciudad, Brian O'Hara.

Los menores tenían ocho y diez años.

Las autoridades reportaron que al menos 17 personas resultaron heridas en el tiroteo, entre ellas 14 niños. De ese total de niños, dos están en condiciones críticas.

El tiroteo en la Escuela Católica Anunciación ocurrió mientras estudiantes y otras personas asistían a la misa de la primera semana de clases.

El atacante se acercó a la escuela por el exterior del edificio durante la misa y comenzó a disparar un rifle a través de las ventanas de la iglesia, explicó O'Hara. "Estaba armado con un rifle, una escopeta y una pistola". El atacante también murió, según contó la Policía.



MENORES TENÍAN OCHO Y DIEZ AÑOS.

EN CORTO

TRUMP PEDIRÁ PENA DE MUERTE POR HOMICIDIOS

WASHINGTON. El presidente de Estados Unidos, Donald Trump, pidió castigar los casos de homicidio en Washington con la pena de muerte, abolida desde hace décadas en la jurisdicción de la capital estadounidense. Ello, en el marco de su campaña de las últimas semanas para luchar contra la delincuencia. "Si alguien asesina a alguien en la capital, pena de muerte", declaró durante una reunión que mantuvo este martes 26 de agosto con su gabinete ante la presencia de periodistas.

CON TEMPERATURAS SUPERIORES A 35°C

Tokio bate récord de 10 días seguidos de calor



ES LA PRIMERA VEZ DESDE 1875.

TOKIO. La capital de Japón registró ayer un récord de 10 días consecutivos con temperaturas de 35°C o más, informó el servicio meteorológico nacional.

"Es la primera vez desde que se iniciaron los registros" en 1875 que se observa una racha de este tipo, aseguró la Agencia Meteorológica de Japón a la AFP.

Los científicos afirman que las olas de calor son cada vez más intensas y frecuentes en todo el mundo debido al cambio climático provocado por el ser humano, y Japón sufrió este año los meses de junio y julio más calurosos.

El verano del año pasado en el archipiélago nipón igualó al de 2023 como el más caluroso jamás registrado.

JEFFERSON FARFÁN

NO LE DIO CARA A DARINKA EN DILIGENCIA

✚ Fiscal lo citó para ir al departamento de Darinka Ramírez, que lo acusa de violencia psicológica. ✚ Prefirió subir contenido a redes y no asistir.

Mario Palacios O.

Un día después de que no acudiera a la conciliación por el tema de alimentos con Melissa Klug, Jefferson Farfán tampoco acudió a la diligencia de inspección fiscal por la denuncia que le hizo Darinka Ramírez, que lo demandó por violencia psicológica.

La Foquita y la joven madre estaban citados para el martes en la tarde, donde el ex delantero debería ir al departamento de Darinka en Pueblo Libre, donde ella aseguró que fue víctima de violencia por parte de Farfán.

Solo estuvo Darinka con sus abogados, mientras que Farfán envió a su abogada. Él prefirió subir contenido en sus redes sociales. "Es un proceso que se realiza en la Fiscalía, hay un principio de reserva en las investigaciones fiscales. Fue una inspección fiscal. Su abogada se presentó", dijo Wilmer Arica, abogado de Darinka Ramírez, en el programa Ponte en la cola.



SOLO ESTUVO DARINKA, LA MADRE DE SU ÚLTIMA HIJA.

PROCESO SEGUIRÁ

Recordemos que Ramírez denunció a Farfán por violencia psicológica en abril de este año en la comisaría de Jesús María, asegurando que el ex futbolista se expresó mal de ella cuando la joven le cuestionó al padre de su hija por romper los juguetes de la menor.

Por ello, ahora Darinka asegura que llegará hasta las últimas consecuencias en el juicio que le entabló a la Foquita. De otro lado, también le pidió legalmente que aumente la pensión para su menor hija, pues la niña está creciendo y necesita calidad de vida.

Melissa va al juicio

Melissa Klug demandará a Jefferson Farfán, luego que el pelotero no acudiera hasta en dos ocasiones a conciliar, por el tema de alimentos para sus dos hijos. La chalaca asegura que el acuerdo se hizo cuando eran niños y hoy son adolescentes.

MELCOCHITA

"ME SIENTO COMO CAÑÓN, TENGO PARA RATO"

✚ Cumplirá 89 años el próximo mes.



Pablo Villanueva, Melcochita, asegura tener cuerda para rato, esto a pocos días de cumplir 89 años y 75 años de vida artística, el músico y sonero no piensa en el retiro por el momento.

"Muchos me preguntan: ¿cuál es tu secreto?, yo como bien, no tengo vicios y duermo mis horas. Además, la risa es importante porque eso levanta el sistema inmunológico. Me siento bien, como cañón, creo tener para rato. Tengo 88 años y bien vividos", indicó.

Anunció que echará la casa por la ventana para celebrar su cumpleaños la primera semana se setiembre, además realizará un show por sus 75 años de carrera artística el 11 de setiembre en Bianca de Barranco.

"Todos me conocen como comediante, pero en otros países saben que soy sonero. Acá no tocan mis canciones, pero en Colombia soy todo un ídolo", contó Melcochita. (M.P.)

ORQUESTA CANDELA

LANZÓ NUEVO TEMA

✚ Junto con Joyce Love cantan Todavía.

La orquesta Candela sigue sorprendiendo, ahora con el lanzamiento del éxito *Todavía* con la panameña Joysi Love. Los norteños van firmes en su camino a la internacionalización y trabajando de la mano de la estrella del género urbano, ex integrante del grupo La Factoria y creadora de canciones como *Moriré*, *Cómo me duele* y por supuesto *Todavía*. "Es un honor para nosotros hacer esta colaboración con Joysi Love, a la cual admiraramos tanto por su talento y trayectoria", comentó emocionado Víctor Yaipén Jr. (M.P.)



JUNTO CON CANTANTE PANAMEÑA.

MAGALY MEDINA

"SE HA CREÍDO LA DUEÑA DEL PAÍS"

✚ Conductora no dio tregua a rubia por victimizarse y mentir al decir que no la dejaron entrar a canal 4. ✚ Le dice que es soberbia y siempre habla mal de las personas.

"Eso le pasó a Gisela, le pasó factura el karma". Nicola Porcella.

Mario Palacios O.

Magaly Medina destruyó a Gisela Valcárcel, a quien primero dio su apoyo pensando que a la rubia no la dejaron entrar a América TV, pero después al saberse la verdad, la calificó de una diva y creerse la dueña de la verdad.

"Gisela nos engañó. Salió en vivo victimizándose para generar una ola de solidaridad, pero nosotros tenemos fotos y videos que prueban que sí ingresó al canal y estuvo en el set de su programa", dijo indignada la conductora en su espacio.

Ahí no quedó todo, la periodista dijo sentirse estafada con el relato que dio su archienemiga en sus redes sociales, para luego darle con palo en su programa por pinocha.

"Con la misma vehemencia con la que me solidaricé, ahora me considero estafada, como muchos peruanos, por una gran mentira", refirió.

La desmintió

Medina mostró imágenes en su programa, en las que se aprecia a Gisela ingresando al canal 4 y luego entra al estudio. "Entonces cómo dices que no te dejaron entrar. Hiciste un berrinche por hacer publicidad sin autorización del canal", añadió.

LE DICE SOBERBIA

La molestia de Magaly no quedó ahí, la periodista de espectáculos calificó a la rubia de altanera, que según ella, siempre patea al tablero cuando algo no sale como ella quiere.

"Ella siempre se ha creído la dueña del país, la única reina soberana del Perú, cuando en realidad este no es un país monárquico. Eres soberbia", añadió.

Recordó que Gisela en el pasado mala mane ticaba su la madora.

"Eso es r sé que te l bien feo de nas en el pa mí. Pero tar sigo acá par te. Las perso no hablan a cada estás".

e expresó de
a porque cri-
or como ani-

uy feo Gisela,
s expresado
gunas perso-
ado, como de
os años atrás,
tu mala suer-
nas cristianas
, bien desubi-
entenció.

Doctor RAJUELA

CON LAS ÚLTIMAS

Karen Dejo parchó a Diego Chávarri porque después de un juego en Esto es guerra, le habría alzado la voz a la morocha. "Ten cuidado cómo te expresas conmigo, no me gustó lo que me has dicho", le advirtió Karen...

Leysi Suárez la pasó mal ayer en América Hoy, donde estaba junto con Janet Barboza y esperaba su momento para hablar, pero la Rulitos no la dejaba hablar, luego se movió y sacó de la cámara a la ex bailarina...



Michelle Soifer apareció ayer en Ponte a la cola, y al estilo de Gisela Valcárcel, tocó el piso con las manos y luego bailó...

Lisandra Lizama está más enamorada que nunca, aunque todavía no muestra a su galán en público...



Peluchín no tuvo filtros y se mandó con todo contra Gisela Valcárcel, le dijo que tiene doble moral. "Ella es la abanderada de los que más necesitan, pero cuando le conviene. A Gisela le gusta manipular y patear el tablero", dijo...

JANET BARBOZA

AMÉRICA HOY CONTINÚA

✚ Rulitos desmintió rumores que espacio no iba más, como dijo Gisela Valcárcel.

El magacín América Hoy volvió ayer por la señal de América TV, con la conducción de Janet Barboza, Valeria Piazza y Edson Dávila, ello pese a que Gisela Valcárcel dijo que se iba con el programa por un supuesto maltrato que recibió.

Barboza fue una de las primeras en referirse a la situación: "Nadie tenía detalles en ese momento. Todos hemos estado en la misma situación", comentó sobre lo ocurrido el martes en la mañana. La cajamarquina indicó que admira a Gisela, por su trayectoria y siempre la respaldará, pero que el espacio seguirá adelante bajo la producción de GV producciones. "Canal 4 es un canal líder y tenemos a GV que es dirigido por la señora Gisela Valcárcel, pero como en toda empresa, que es manejado por personas, siempre habrá desacuerdos", expresó.



SALIERON AL AIRE EN EL PROGRAMA.

CALLÓ A VALERIA

Fiel a su estilo, la Rulitos mandó a callar a Valeria Piazza y la culpó de anunciar que Gisela se presentaría el martes en América Hoy, cuando había una orden para aplazar su entrevista en dicho espacio.

"Tú te adelantaste, esa mención era para mí, pero tú lo diste antes, saliste de la pauta", le recriminó Janet a Valeria, que no se quedó callada.

"Yo lo hice porque me ganó la emoción", replicó.

Tienen contrato

Valeria Piazza contó que tiene contrato con América Televisión, por eso igual que sus compañeros deben seguir laborando ante cámaras.


ACTRIZ MEXICANA TRABAJÓ EN PERÚ EN UN CIRCO EN FIESTAS PATRIAS.

MARÍA ANTONIETA DE LAS NIEVES

LA CHILINDRINA FUERA DE PELIGRO Y SALUDA A FANS

La actriz María Antonieta de las Nieves, conocida como La Chilindrina, reapareció en un video publicado en sus redes sociales luego de que medios mexicanos reportaran su hospitalización de emergencia por síntomas de deterioro neurológico.

Ella luce sonriente en la sala de su casa, mientras agradece las muestras de apoyo de sus seguidores.

"Aquí como siempre estoy haciendo mis dibujitos, haciendo mis bromas, haciendo mis cosas que me gustan hacer. La estoy pasando muy bien. Ojalá que ustedes la pasen bien, como la estoy pasando yo", comentó en Instagram.

Según indicó la artista mexicana de 78 años, se descompensó cuando estuvo en nuestro país en julio, en una temporada de circo, por eso apuró su regreso a su país, donde fue internada el pasado 20 de agosto.

"Me desidraté cuando estaba trabajando en Perú, pero ya me encuentro bien gracias a Dios", comentó la artista.

El portal mexicano TV Notas refirió que La Chilindrina fue internada al presentar una crisis de ansiedad. Una fuente cercana explicó que la causa habría sido un bajo nivel de sodio, lo que generó alteraciones en su sistema neurológico.

JAZMÍN PINEDO

"NO HA EXISTIDO ABUSO"

Jazmín Pinedo negó un presunto abuso de poder por parte de América TV en perjuicio de Gisela Valcárcel. La chinita contó que en una televisora donde trabajó antes sí la pasó mal, pero en el caso de la rubia animadora, eso no pasó.

"Algunas personas lo saben, yo he sufrido y sufro el abuso del poder de un canal de televisión hasta el día de hoy, que es mi ex casa televisora. Lo único que me tocaría decir es que, claramente, no ha existido este abuso, es lo que yo puedo observar, es mi opinión, pero sí ha existido un mal manejo de la situación y lo tengo que decir", comentó Jazmín, quien saludó que la calma haya vuelto al canal de Santa Beatriz.


SOBRE CASO GISELA.

LOS CORRALEROS

CON MÚSICA COUNTRY

La agrupación Los Caracoles Suicidas, banda peruana de música country rock, celebrará su décimo aniversario el miércoles 24 de setiembre en el teatro auditorio Mario Vargas Llosa de la Biblioteca Nacional. En este tiempo llevaron sus canciones hasta el extranjero.



OREJA FLORES ADMITIÓ QUE NO LA PASA BIEN

"Tengo ayuda externa"

Habló de la bronca Valera-Barcos y aclaró: "Sé lo que dijo".

Edison Flores se refirió a la polémica generada luego del clásico por el cruce que tuvieron Hernán Barcos y su compañero en la 'U', Álex Valera. "Sí, obvio. Sé lo que dijo, pero no fue lo que están diciendo", expresó el atacante, quien explicó que esos momentos de partidos son difíciles de controlar por las revoluciones que se sienten.

"A mí me ha pasado también. Yo no soy ejemplo para decir que la calentura no te gana y más en los clásicos. Nadie es ejemplo para decir eso no debes hacer, ni tanto a Valera ni a Barcos, porque la calentura gana", remarcó.

El Orejas también habló sobre su presente a nivel deportivo y lo asoció a los factores de su vida personal. El delantero de Universitario refirió que con ayuda de profesionales busca cambiar ese contexto.

"El tema familiar me quitó tranquilidad. Tengo ayuda externa con psicólogo y coach. Soy una persona común y corriente que a veces se siente triste. Estoy buscando mi paz", reveló.

Edison Flores fue desafectado de la convocatoria de la selección peruana para los partidos de setiembre por las eliminatorias debido a una lesión sufrida en el clásico.

NO ES VENGAZA

Con relación al mismo tema, el delantero de Alianza Lima, Hernán Barcos, posteó un mensaje en redes sociales que tiene que ver con los sucesos en el último clásico.

"No es venganza, es ley de Newton: para cada acción hay una reacción", fue el mensaje que dejó el experimentado jugador de Alianza Lima.

Con la selección para rato

"No sé si esta sea mi última porque me siento bastante bien. Mientras esté bien, siempre voy a tener mi cabeza puesta en la selección. No depende de mí, sino del comando técnico", dijo Yoshimar Yotún sobre su continuidad en el seleccionado patrio.

Además, pese al mal momento de la Bicolor, declaró que pelearán hasta el final para buscar la clasificación. "Sabemos que estos dos partidos son muy importantes porque hay posibilidad de meternos al repechaje. Estamos convencidos que lo podemos sacar adelante", remarcó el popular 'Yoshi'.

Luego, el volante de Perú mostró su felicidad por volver al 'equipo de todos'. Ahora, depende del entrenador Óscar Ibáñez, si es que tiene minutos en ambos duelos que se vienen de local y visitante.



Ramos espera ser el '9' de Perú

El delantero nacional Luis Ramos aseguró que trabajó muy duro para convertirse, algún día, en el '9' titular de la Bicolor.

"Siempre trabajé para este tipo de momentos. Créanme que me preparé de la mejor manera, sobre todo con mucho profesionalismo, para afrontar estos retos. Y no solo yo: estoy seguro de que todos los que hoy integramos la selección estamos muy bien preparados para asumir responsabilidades", declaró Ramos en L1Max. Consultado sobre sus posibilidades de ser titular ante Uruguay y Paraguay por las Clasificatorias sudamericanas, Ramos comentó: "Desde que fui convocado a la selección, tuve la oportunidad de compartir con Paolo y Gianluca. Hoy puedo decir que me siento muy fuerte, tanto en lo psicológico como en lo futbolístico, para aprovechar estas oportunidades, porque no se presentan ni dos, ni tres veces en la vida".



WALDIR SALE EN SU DEFENSA

A muerte con Barcos

Pide que Valera sea más honesto con respecto a la selección.


DELANTERO SE PRONUNCIÓ POR LA POLÉMICA.

Waldir Sáenz, goleador histórico de Alianza Lima, no se guardó nada y no solo defendió a capa y espada a Hernán Barcos, tras el altercado con Álex Valera en el clásico, sino que también lanzó duras críticas contra Jean Ferrari, actual director de fútbol de la FPF.

"Para empezar, la reacción de Hernán (Barcos) fue provocada por una absoluta falta de respeto. No se puede mancillar el honor de una persona, sea nacional o extranjero. Además, Barcos es un futbolista con DNI peruano, con una trayectoria impecable, y que nunca se ha metido con nadie. Siempre ha sido respetuoso, incluso cuando declaró luego del clásico", dijo Sáenz en ovacion.pe.

Después, el ex delantero también se refirió a las críticas hacia Barcos. "Muchos dicen que Hernán no tuvo códigos... ¿O sea tiene que permitir que le falten el respeto y manchen su nombre? Están equivocados. Barcos hizo bien en salir a hablar y yo lo respaldo y defiendo al 200 por ciento", remarcó.

Respecto a las declaraciones de Jean Ferrari, Sáenz fue tajante: "Mira, Ferrari habla puras estupideces. En este caso puntual, aunque le hayan preguntado, no le costaba nada quedarse calladito o manejar mejor la situación".

DEBE SER HONESTO

Finalmente, Sáenz no se calló nada y también se refirió a Álex Valera. "Me causa gracia cuando intentan comparar a Valera con Barcos. No hay punto de comparación. Por lo pronto, Valera debería ser más honesto y explicar por qué no quería ir a la selección. Qué coincidencia que ahora, justo cuando no están ni Paolo (Guerrero) ni (André) Carrillo, acepta ir a la Videna. Y otra cosa que no entiendo: supuestamente decía que no podía entrenar con la selección por problemas personales, pero sí podía trabajar con la 'U'. Todo muy extraño y ojalá algún día aclare el porqué no quería jugar por su país".



Está en la Champions

Con el peruano Marcos López, Copenhague de Dinamarca logró su cometido. Hizo respetar su localía y venció 2-0 a Basilea de Suiza. Con ello, selló su pase a la fase de la liga de la UEFA Champions League. Tras el 1-1 de la ida, ganó con los goles de Andreas Cornelius (46') y Youssoufa Moukoko (84').



Están a la deriva

"El club nos debe el mes de julio y entrenamos hasta que salió el comunicado. Nos devolvieron nuestros implementos y de ahí nos despedimos entre nosotros. Estamos a la deriva", sostuvo el delantero colombiano Róger Torres, luego que Binacional perdiera la categoría por un mandato judicial.


DICE ESTAR FELIZ POR AYUDAR A SU EQUIPO.

AHORA ENFRENTARÁ AL UNITED

Gringo Sonne está contento por su gol

Oliver Sonne, estrella en el duelo entre Burnley vs. Derby County por la segunda ronda de la EFL Cup, no ocultó su alegría por el gol que anotó y que le dio la victoria a su equipo en el último minuto.

En conversación con la web del cuadro inglés, dijo que su técnico le pidió subir un poco más y eso le dio la oportunidad de anotar el tanto del triunfo.

"Escuché a los entrenadores decirme que subiera un poco más y que entrara por dentro. Fue un gol realmente bueno, y lo vi de nuevo", refirió en un inicio.

"Estoy muy contento de ayudar al equipo de esa manera, aunque soy lateral derecho. Pero sí, estoy muy emocionado con el gol y, lo más importante, con la victoria", complementó.

ANTE EL UNITED

Después, al ser consultado sobre el próximo encuentro ante Manchester United por la Premier League, el lateral derecho dijo que tienen equipo para hacerle buenos encuentros a rivales de jerarquía.

"Creo que lo hicimos muy bien y dos victorias consecutivas, además, delante de nuestra afición. Eso debe ser una buena inyección de confianza para el fin de semana, que será otro partido muy difícil en Old Trafford", manifestó al comienzo.

"Sabemos que tendremos un partido muy difícil el fin de semana, pero dos partidos, dos victorias, nos darán confianza para creer que tenemos oportunidades y la calidad necesaria", aseveró.


NO SE MUEVE DEL FÚTBOL ITALIANO.

RENOVÓ POR DOS AÑOS MÁS CON EL SPEZIA

Lapadula se queda en Italia

Cuando parecía que el futuro de Gianluca Lapadula cambiaba nuevamente, ahora el peruano podría haber encontrado un poco más de estabilidad al renovar su contrato con Spezia por dos temporadas más.

El vínculo del delantero nacional vencía a finales de junio del próximo año y, sumado a eso, no venía siendo tomado en cuenta por el entrenador Luca D'Angelo, quien no lo consideró para el debut en la serie B.

El mismo técnico detalló que el Bambino estaba disponible en el mercado de pases y por eso prefería no tenerlo en el banco de suplentes. Sin embargo, la situación dio un giro total.

De acuerdo al medio 'Spezia 1906', que cita a La Gazzetta Dello Sport, Lapadula llegó a un acuerdo con la directiva para extender su contrato hasta la temporada 2027.

Si tienes una denuncia o eres testigo de un hecho, envía tus fotos y/o videos a nuestro WhatsApp



MAÑANA RECLAMA LA LÁMINA CON ESTA NUEVA RECETA AL COMPRAR TU DIARIO FAVORITO EL POPULAR

Dale un toque de dulzura a tu menú con un dulce de trigo

+ Aprende a preparar un postre delicioso y muy nutritivo con el coleccionable Menú Semanal que te trae todos los días el Popular.

MENÚ SEMANAL ES EL MEJOR RECETARIO PARA QUIENES NO QUIEREN PERDER TIEMPO EN LA COCINA.

Tu diario favorito **el Popular** siempre piensa en tu economía y en la manera de ayudarte con las tareas del hogar. Por eso, te trae todos los días las láminas con recetas de la gastronomía nacional en sus coleccionables de cocina.

Estas láminas traen el paso a paso de las recetas, así como tips y consejos para que cocines como todo un profesional.

No te pierdas **Menú Semanal**, el coleccionable que tiene como protagonistas la practicidad y variedad de platos para armar tu menú diario.

LAS MÁS VARIADAS RECETAS

El Popular siempre pensando en el gusto de sus lectores no ha escatimado en hacer una recopilación de las mejores recetas como entradas, segundos, sopas, guisos, postres y más para traerlos directamente a tus manos y facilitar el menú diario en casa.

Empieza una nueva aventura culinaria cada día de la semana. ¡Corre al quiosco por tu diario y lámina!



APRENDIENDO EN CASA

El poblamiento de América

Teoría autoctonista

Una de las primeras teorías sobre el poblamiento de América, es la Teoría autoctonista. Fue planteada por el científico y antropólogo argentino Florentino Ameghino a finales del siglo XIX. En su libro Antigüedad del hombre en el Plata, sostiene que el hombre se origina en América, específicamente en las Pampas argentinas. También afirmaba que existían puentes entre continentes, como lo mencionaron otras teorías. Su teoría se basa en el descubrimiento de restos de huesos (fémur, vértebras y cráneos). Él identificó estos fósiles como parte de la Era Terciaria.

En Perú, también existió un historiador y teólogo precursor de la Teoría autoctonista, el español Antonio León Pinelo. En su obra escrita El Paraíso en el Nuevo Mundo: comentario apologético, historia natural y peregrina de las Indias Occidentales, planteaba que la selva amazónica era el paraíso terrenal. Es decir, el Jardín del Edén, donde se originó la vida según la Biblia.

EL DATO

Hoy en día se sabe que los restos encontrados en América corresponden al hombre moderno. Por lo que los hombres primitivos no pudieron habitarla.





Primeros indígenas y la megafauna

El científico argentino Florentino Ameghino también se basó en fósiles de animales para explicar su teoría. Él aseguraba que los primeros hombres habían convivido con la megafauna. Es decir, los primeros animales gigantes como los gliptodontes.

Estos eran unos mamíferos parecidos a los armadillos que vivieron durante el Pleistoceno o la Edad de Hielo.

Cuida tu mascota
Los parásitos externos como pulgas y garrapatas no solo causan picaduras y reacciones alérgicas, sino que también actúan como vectores de enfermedades graves como la ehrlichiosis.



El dato
La tala de árboles está causando estragos en las especies animales.

Lo bueno de
Hojas de apio Es un gran alimento para los conejos porque les aporta vitamina A, E y del grupo B: B1, B2 y B6.



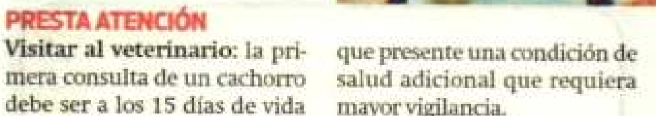
PUEDEN SER INTERNOS O EXTERNOS, PERO IGUAL DE PELIGROSOS

Protege a tu mascota DE LOS PARÁSITOS

✚ Una especialista nos brinda diversos e importantes consejos para evitar consecuencias.

Zoraida Peña H.

Los parásitos no solo son peligrosos para la salud de la mascota, a veces también lo son para la salud de los humanos. Por ello, una especialista nos brinda consejos para proteger a las mascotas. "La desparasitación regular ayuda a preservar su salud y longevidad y a reducir el riesgo de zoonosis. Es decir, la transmisión de enfermedades entre animales y personas", indicó la Dra. Nicole Menzel, médica veterinaria de Boehringer Ingelheim.



DECAIMIENTO, TOS, DIARREA, VÓMITOS O PÉRDIDA DE PESO PUEDEN SER SÍNTOMAS.

PRESTA ATENCIÓN

Visitar al veterinario: la primera consulta de un cachorro debe ser a los 15 días de vida para evaluar el estado general y dar recomendaciones para el cuidado de su salud y prevención de enfermedades. Después es importante realizar chequeos preventivos al menos dos veces al año, a menos que presente una condición de salud adicional que requiera mayor vigilancia.

Desparasitación constante: se debe considerar de forma mensual, según lo recomendado por la especialista, teniendo en cuenta factores como la raza, edad, estilo de vida, conformación de la familia y la zona geográfica donde vive el animal.

Seguir un calendario de vacunación: después de su desparasitación tomando en cuenta los refuerzos necesarios.

Higiene en el hogar: mantener limpios los espacios evitará la propagación de virus, bacterias y parásitos.

Mundo animal

Dr. Rodrigo Rondón (*)

DEBEMOS COMBATIR LA RABIA

En los últimos años hemos tenido campañas de vacunación de manera constante por parte del Ministerio de Salud, eso logró reducir los casos de rabia urbana en las ciudades grandes, pero no es la misma situación en todo el país. Todos los años se dan casos de animales con rabia en el territorio nacional. Por eso, está en nosotros poder mantener la situación controlada.

Para evitarlo es muy importante recordar que nuestras mascotas deben estar vacunadas todos los años sin importar la edad que tengan, además por supuesto de siempre evitar que estén en contacto con otros animales que no conocemos, sacar siempre a nuestra mascota con cadena y bozal.

*Médico veterinario de la Clínica Veterinaria Rondón

COLECCIÓN: 2 Familia bien alimentada

Receta del Instituto Nacional de Salud

Chicharrón de pescado en salsa de naranja

INGREDIENTES

- 4 filetes de pescado.
- Una cda. de maicena.
- Un plátano verde.
- La mitad de una cebolla.
- 2 naranjas.
- 2 cdtas. de ajo molido.
- Una cdta. de kion rallado.
- Sal y pimienta al gusto.
- Aceite vegetal.

PREPARACIÓN

Rebanar y freír el plátano verde, reservar. En un tazón verter el jugo de una naranja, agregar ajo molido, sal y pimienta, pasar el pescado por esta mezcla, luego por la maicena y freír. Reservar.
En una sartén sofreír cebolla en cuadritos, agregar ajo molido, kion rallado y el jugo de la otra naranja, sal; mezclar a fuego bajito hasta que rompa en hervor e incorporar el pescado frito. Ir bañando con la salsa el pescado cinco minutos y apagar el fuego. Servir con arroz y plátano frito.

Secreto del chef
Para darle una textura más crujiente al pescado puedes hacer una mezcla de maicena y pan rallado o panko.

TIPS

1 DALES UN ESPACIO SANO Y LIMPIO

Las mascotas requieren un espacio limpio y cómodo en el que puedan dormir, descansar, comer, jugar y pasar su tiempo. La zona donde se coloca el bebedor de agua y el plato de comida debe mantenerse libre de basura y otras impurezas, lo mismo que el espacio que usa para dormir.



2 VINAGRE DE MANZANA CONTRA LAS PULGAS

El vinagre de manzana diluido en agua se puede aplicar sobre el animal a través de un trapo húmedo o directamente durante el baño. El ácido acético del vinagre produce un efecto repelente sobre las pulgas, que no morirán necesariamente, pero muchas caerán en la bañera o pudiéndose atrapar con un peine antipiojos.



3 LOS PERROS SON CARNÍVOROS

Los perros son carnívoros por naturaleza, como demuestra su anatomía: tienen una dentadura diseñada para desgarrar y triturar la carne. Tienen una fuerte mandíbula para atrapar a sus presas. Tienen pocas enzimas para digerir hidratos de carbono y un sistema digestivo adaptado al procesamiento de las proteínas.



Gaturro



Sudoku

5				6	1	7		
3		6			5		8	1
		2		4		9		
4			5					
1		8	3	2			7	9
2				8		4		3
					8		9	
9		1	7		2		4	6
	7	3			6		5	

¿Quién lo dijo?

"A falta de perdón, deja venir el olvido."


A) Otto von Bismark


B) Valeriu Butulescu


C) Alfred de Musset

Las 7 diferencias



Estos dos dibujos parecen iguales, pero no lo son. Fíjate bien y encuentra siete diferencias entre ellos.

A dibujar



Para completar el dibujo traza una línea uniendo los puntos numerados en orden. Al terminar podrás colorear el dibujo.

chiste

Medio tonta

En una pareja le dice uno al otro: ¡Oye cari, tu padre me parece que piensa que soy medio tonta! No te preocupes, eso es que aún no te conoce del todo.

acertijo

Colores en el sueño

¿Es verdad que no todos sueñan a color?

Soluciones de ayer

RETNA N
ATALP DE
L OIGRES
GATEO T
ORINOCO
NDA FY MEMORAR
A RAER R BRO
LAELRI APORT
OICEN ZIL I
YD JAI DP RS
A ANDRADENOVIO
ND ILAVE GOR
DOTE MAS
R ARMAS
AOB OÑON
GUZMAN

PRXUAMSWGCBTSEBALLIDORQA
VRTEUOMARELBOODDGPSBLNWIV
HEAUTBJVSICAXTQUORMZGHWF
DCSEIYOUITKXDVLANBCQJTRE
GIPZNWAFPRAYXUSTECNICAVO
MALCTOBJTERETEVAUSASNWDG
OIMOIBEESOIPICNIHPJRECDQ
UOSVCXRIBGYFMHMUIVYSTZQP
HJDBOATOELRFXKGCNXHLATMS
FOKEBRUZJODANOICCEFNOCII
SOWOIKROOHZEFKAXAVJYYATF
OCWLFPAUCHVYUTFPKDMBECSAA
VAWZKAENOPXHAMEMEJLGRBGR
XEVSKNGCCJDCRHOENYMUAQOF
PMFALDANLYRSUNDRAZICDETG
LAAWTELJAFHRDLWDSOPUUSCF
QHBMAGDLLMIZAUPONEIQEYIB
CECRHFOWARIENFCHBTRWVRP
OLONCOZADRRWOADXLBMRAUTH
SFOVAZINAGTJTTDKVWALFTT
TULEGZPYICJEOFOAMOUHOLEF
UNRVPQATSAYXBLWZLCAXMHVB
RRFZOIDPUREAPERTURALCTJ
AGUADRADASPRKIWHQEXNSMUI



4	3	9	7	5	8	1	2	6
5	8	6	4	2	1	7	9	3
7	1	2	3	9	6	4	5	8
8	2	1	9	4	5	3	6	7
6	5	3	1	8	7	2	4	9
9	7	4	6	3	2	5	8	1
3	4	8	2	1	9	6	7	5
1	9	7	5	6	4	8	3	2
2	6	5	8	7	3	9	1	4

El acertijo: Philippe Croizon, que no tiene piernas ni brazos debido a una amputación sufrida a los 26 años, se atrevió a atravesar a nado las heladas aguas que separan Alaska y Rusia solo para "demostrar que nada es imposible", que "todos podemos triunfar en la vida a pesar de lo que nos suceda" y también que "no hay diferencia, todos somos iguales".
¿Quién lo dijo?:
Henry F. Amiel.

Sopa de letras

G	R	K	I	C	V	F	M	J	S	Y	T	N	N	L	W	S	B	X	O	P	A	Q	E
Z	H	S	A	D	W	O	X	K	Z	O	S	Q	R	O	C	P	M	A	B	E	V	Y	L
J	U	O	F	I	S	K	E	B	Y	T	V	U	P	P	I	G	C	L	J	P	Z	A	N
M	R	D	D	X	N	S	J	L	K	G	B	I	A	I	V	C	E	R	A	O	X	T	E
D	N	A	Z	P	Q	G	E	F	Z	B	L	J	T	W	E	X	A	S	Q	A	I	C	V
N	O	I	U	V	M	R	I	P	D	W	E	D	S	A	A	D	C	I	K	O	E	Q	R
M	I	R	T	X	U	B	E	S	I	S	J	S	A	N	C	U	A	H	L	Q	E	P	I
Y	C	C	B	X	G	W	L	G	N	C	U	C	T	D	A	I	S	D	Z	I	I	X	S
Q	A	B	U	K	C	O	F	H	A	I	N	I	C	E	E	G	F	S	I	N	F	O	C
P	Z	M	I	Q	W	T	L	Y	F	L	G	I	M	A	U	I	R	I	S	V	T	A	H
S	I	B	T	P	G	N	R	S	D	U	O	R	R	V	S	Y	P	T	T	N	A	K	E
O	N	Z	T	C	W	E	A	I	A	Q	O	S	Y	P	P	A	I	O	E	N	J	N	K
D	A	Q	S	T	E	M	W	M	D	F	G	J	B	Y	H	T	C	M	R	L	E	S	M
N	G	N	E	P	M	A	E	Z	I	J	S	D	B	Y	U	I	E	A	R	P	G	D	T
E	R	E	Y	H	C	N	F	N	Y	W	I	Q	A	C	I	L	R	X	S	M	A	V	I
U	O	Z	E	I	T	R	U	J	D	N	K	T	I	W	E	P	Z	C	T	G	U	N	R
T	S	X	R	E	Q	O	J	S	D	V	N	O	N	T	R	O	C	H	P	I	A	O	U
A	A	Z	K	F	W	B	D	I	R	E	N	H	E	R	A	L	D	I	C	O	S	B	L
V	N	E	Z	Q	F	X	V	Y	S	K	V	V	E	H	I	C	U	L	O	S	G	L	I
P	O	B	S	W	L	I	O	E	R	U	C	X	R	M	V	U	W	A	N	O	B	E	B
D	S	K	J	S	D	H	R	Z	E	T	P	Y	I	H	O	K	M	S	R	P	T	C	R
E	R	B	U	U	F	P	D	X	L	G	I	J	W	S	A	T	I	V	E	L	K	P	E
R	E	E	O	Q	E	B	U	C	W	D	V	F	O	Z	H	N	Y	O	L	G	X	R	A
J	P	H	D	R	Z	M	V	Q	S	K	P	T	F	Y	U	E	A	I	W	L	H	B	W

LIBREA

- ☐ AFILIACIÓN
- ☐ ANTIGUAMENTE
- ☐ ATUENDOS
- ☐ CASACAS
- ☐ CRIADOS
- ☐ ELEMENTOS
- ☐ HERÁLDICOS
- ☐ IDENTIFICATIVOS
- ☐ INDIVIDUO
- ☐ INSIGNIA
- ☐ INSTITUCIÓN
- ☐ LEVITAS
- ☐ LIBREA
- ☐ NAVIDAD
- ☐ NOBLE
- ☐ ORGANIZACIÓN
- ☐ ORNAMENTO
- ☐ PAJES
- ☐ PASCUA
- ☐ PERSONAS
- ☐ PRÍNCIPES
- ☐ PROPIEDAD
- ☐ REGALOS
- ☐ REPRESENTA
- ☐ REYES
- ☐ SIRVEN
- ☐ UNIFORME
- ☐ VEHÍCULOS

Consultorio sentimental

Mi ex no me permite rehacer mi vida

ALICIA (38). Doctora Cora, tengo un hijo de seis años al que no veo hace un año, por culpa de mi ex.

Cuando nos separamos, Javier me advirtió que nuestro niño se quedaría a vivir con él. No lo acepté, pero al final simplemente se lo llevó. Con el tiempo me dejó ver a mi hijo una vez a la semana. Sin embargo, cuando se enteró que había iniciado una nueva relación, otra vez me prohibió las visitas. Me ha pedido que termine mi romance y vuelva con él si quiero visitar a mi hijo.

No le he iniciado un proceso legal porque es violento y le tengo miedo, pero ahora no sé qué decisión tomar. ¿Qué me aconseja?



RESPUESTA

Querida Alicia, debes armarte de valor y enfrentar a tu ex pareja. No es justo ni legal lo que hace contigo, pues como madre tienes el mismo derecho a ver a tu hijo. Es mejor que hables con tu familia y juntos intenten convencerlo de llegar a un acuerdo. Si no lo consiguen, debes iniciar un juicio de patria potestad. Suerte.

Dra. Cora Song / corasong@gmail.com

ASTROLOGÍA

Jhan Sandoval
Telf: 972709222
www.jhansandoval.com

ARIES: 21 mar. 20 abr.
Trabajarás con una persona muy disciplinada. Tienes que exigirte al máximo para que puedan avanzar y tener éxito en la gestión. En el amor, tu pareja empieza a ceder. Día de reconciliación.

TAURO: 21 abr. 21 may.
Cuidado con robos o pérdidas, no te confíes de ninguna transacción financiera. Todo supervísalo al detalle. En el amor, decir las cosas sin pensarlas podría traer conflicto. Mantén la calma.

GÉMINIS: 22 may. 21 jun.
Has descuidado muchos asuntos domésticos o familiares. Hoy le darás todo el tiempo necesario a los tuyos, especialmente te dedicarás a atender asuntos ligados a niños o adultos mayores.

CÁNCER: 22 jun. 22 jul.
No presiones tanto a esa persona. Forzarla a reconocer errores que considera no ha tenido podría traer conflictos que compliquen más la situación. Espera, el tiempo la hará recapacitar.

LEO: 23 jul. 23 ago.
Tienes que ir diciendo lo que te incomoda y no reprimir todo lo que sientes. Hacerlo te llevaría a acumular emociones negativas que luego te lleven a estallar. Exprésate y no te contengas.

VIRGO: 24 ago. 23 set.
Llegan a ti nuevas oportunidades laborales. Estás cerca de un gran cambio, pero no te precipites y evalúa bien el escenario antes de aceptar. En el amor, la rutina se está asomando, aléjala.

LIBRA: 24 set. 23 oct.
Tu experiencia será reconocida por tu equipo laboral. Ha llegado el momento de hablar de ascensos o aumentos salariales. En el amor, dale tiempo a esa persona, siente que estás alejándote.

ESCORPIO: 24 oct. 22 nov.
No te adelantes ni hagas propuestas de sociedades cuando no estás seguro de comenzar nada aún. En el amor, buscarás a esa persona para disculparte. No te precipites y espera.

SAGITARIO: 23 nov. 21 dic.
Alguien podría reclamarte por abonos o pagos de dinero y deberás de mostrar evidencias que demuestren transparencia. En lo sentimental, olvida esas escenas y aprende a perdonar.

CAPRICORNIO: 22 dic. 20 ene.
Tienes en mente proyectos importantes que lograrás concretar si te mantienes perseverante. Ahora dominas más tus emociones y tu pareja sentirá el cambio. Tu relación se fortalecerá.

ACUARIO: 21 ene. 19 feb.
Te propondrán retomar proyectos que habías abandonado en el pasado. Ahora cuentas con más experiencias y herramientas para conducirlos con éxito. En el amor, día de unión y reconciliación.

PISCIS: 20 feb. 20 mar.
Te sientes entusiasmado y con deseos de emprender nuevas ideas. No te precipites y controla tu emoción. Es posible que el optimismo no te permita ver los riesgos que lo nuevo implica.



HOGAR
SIRVE PARA LLEVAR FLECHAS
ROENTGEN
SÉPTIMO ARTE
QUEJIDO
TRAJE DE MUJER HINDÚ
REGLA, PRECEPTO
MANUA
CURIE
EXPLOSIVO CAMUFLADO O ENTERRADO
DEVOTO
1050 (ROM.)
OCÉANO
DOBLE DE LA UNIDAD
LA PRIMERA
ABORRECER
OSMIO
PIZCA
HACIA (INGL.)
ARGÓN
...PESCI ...COCKER
POLICÍA NACIONAL
RELIGIOSA
AMNISTÍA INTERNAC.
ARRULLO
ALFA, OMEGA
ENROQUE
INTERJECC. ¡ARRIBA!
AEROLÍNEA CHILENA
...DE ARCO ...LA LOCA
KU KLUX...
GRUPO DE OÍDO
BÓVIDO SALVAJE
ESCUCHAR
VOCALES FUERTES
DENOTA APROBACIÓN
MADRE DE PERSEO
PARTE DE LA SEMILLA
AMANECER
DIOS DEL AMOR
LATERALES DE LA "S"
ESTAÑO
ADJETIVO DEMOSTRAT.
INDICA LA CARENCIA
EUROPIO
EXISTE
NUESTRO PLANETA
ÁCIDO LISÉRGICO
AGUA (FRANC.)
MOLÉCULA-GRAMO
PERO (ITAL.)
ALA DE AVE
PATRIA DE ABRAHAM
3 NOTA MUSICAL

Vivamos más y mejor

antropología médica y nutricional
por: José Luis Pérez-Albela
www.perezalbela.pe 2818677 936098953
@perezalbela

La especia dorada que apoya tu salud celular

Durante siglos, la cúrcuma fue utilizada en diversas culturas tradicionales como un recurso natural frente a enfermedades inflamatorias y digestivas. Hoy, su principal compuesto activo, la curcumina, es objeto de múltiples investigaciones científicas que avalan su rol potencial en el abordaje del cáncer.

Uno de los efectos más destacados de la curcumina es su capacidad para modular rutas celulares que participan en la proliferación, inflamación y apoptosis. Estudios revelaron que puede interferir en vías como NF- B o Akt, favoreciendo la muerte de células tumorales y limitando su capacidad de diseminación. Además, su acción antioxidante ayuda a proteger el ADN del daño inducido por radicales libres, proceso clave en el desarrollo de múltiples tipos de cáncer.

Ensayos clínicos preliminares en humanos mostraron resultados alentadores, especialmente en cánceres de páncreas, colorrectal y mama, con mejoras en síntomas, reducción tumoral y mayor tolerancia a tratamientos convencionales.

Incorporar cúrcuma en la dieta cotidiana es una estrategia sencilla y beneficiosa. Se recomienda consumirla junto con pimienta negra, ya que la piperina mejora significativamente la absorción de la curcumina.

La curcumina también fue asociada con mejoras en el estado de ánimo y disminución del malestar emocional, debido a su efecto sobre neurotransmisores como la serotonina.

Se observó que la curcumina modula genes supresores de tumores y regula enzimas implicadas en el crecimiento celular. Además, interfiere con la angiogénesis, limitando el suministro de nutrientes al tumor.

La cúrcuma, más allá de ser un condimento, representa un ejemplo de cómo la alimentación consciente puede convertirse en una herramienta de apoyo metabólico y celular.

Vivamos Felices: Lunes a viernes de 4:00 a.m. a 8:30 a.m. por Radio Felicidad
Canal de YouTube: @BiendeSaludTV

LA ÚLTIMA

CAROLINA DEL SUR. Un hombre compró 162 boletos idénticos para un solo sorteo de lotería Pick 4 y terminó ganando un premio récord de $811.000. En total gastó $330 para conseguir la lotería.



Japoneses limitan uso de celulares

TOYOAKE. Una ciudad japonesa está considerando una ordenanza propuesta que limitaría a los residentes a dos horas de tiempo frente a una pantalla fuera del trabajo o la escuela. Masafumi Koki, alcalde de Toyoake en la prefectura de Aichi, anunció que la asamblea de la ciudad pronto votará sobre un proyecto de ordenanza que limitaría a los residentes a dos horas de tiempo en teléfonos inteligentes, tabletas y computadoras fuera de las obligaciones laborales y escolares. Incluso, se prevé sanciones si no hacen caso a ordenanza.